

Stressfrei

mit der ÖGK



PintoArt / adobestock.com

Kursangebot Stressfrei – Zell am See

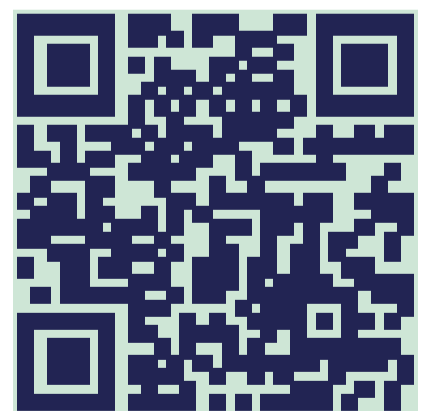
Lernen Sie Stresssituationen frühzeitig zu erkennen, positive Denkweisen zu entwickeln und erholsame Pausen einzuplanen. Die Termine sind aufbauend geplant und sollten beide besucht werden.

Präsenz-Termine: 26.06.2026 13:00 – 18:00 Uhr
27.06.2026 09:00 – 14:00 Uhr

Kursort:

**BFI Zell am See
Ebenbergstraße 1
5700 Zell am See**

Informationen zu den Terminen und zur Anmeldung unter
www.gesundheitskasse.at/stressfrei
Kontakt: stressfrei@oegk.at



Weil es um meine
Gesundheit geht:
www.gesundheitskasse.at

Die oben genannten Programme sind Projekte der Österreichischen Gesundheitskasse –
finanziert vom Gesundheitsförderungsfonds der Bundesländer und der ÖGK

Demenz Service Salzburg



Kostenloser Vortrag

Altersvergesslichkeit oder Demenz

17.06.2026, 18.00 – 19.30 Uhr

**Gemeinde Dorfgastein Sitzungssaal,
Dorfstraße 35, 5632 Dorfgastein**

KOSTENLOS:

- Beratungen
- Vorträge
- Angehörigen-
kurse



Gemeinde
Dorfgastein

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



Tel. 05 0766-179000
demenzservice@oegk.at
www.gesundheitskasse.at/demenzservice

Leichter leben Blutdruck im Griff



Teilnahme
kostenlos!

Kurzworkshop zum Thema Blutdruck

Bei dauerhaft erhöhtem Blutdruck ist Ihre Gesundheit in Gefahr. In diesem kostenlosen Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihren Blutdruck positiv beeinflussen können:

• Dienstag, 12.05.2026, 13:30 – 15:00 Uhr

Pepp Zentrum St. Johann im Pongau
Leo-Neumayer-Straße 10/12, 5600 St. Johann im Pongau

Informationen und Anmeldung unter www.gesundheitskasse.at/blutdruck
Kontakt: giz@oegk.at oder Tel. 05 0766 178800

